

MESTRADO
PSICOLOGIA

O melhor de dois mundos: uma perspetiva motivacional dos árbitros de Futebol

Hugo António Alves Cerqueira

M

2018



Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**O MELHOR DE DOIS MUNDOS: UMA PERSPETIVA MOTIVACIONAL DOS
ÁRBITROS DE FUTEBOL**

Hugo António Alves Cerqueira

Outubro, 2018

Dissertação apresentada no Mestrado Integrado de Psicologia,
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade
do Porto, orientada pelo Professor *José Manuel Castro*

Avisos Legais

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações do autor no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceptuais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, o autor declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. O autor declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Agradecimentos

É com enorme prazer que dou por concluída esta etapa de formação académica. Como não podia deixar de ser, não cheguei aqui sozinho, por isso quero agradecer a quem me ajudou, cada um á sua maneira:

Ao meu orientador, Professor José Manuel Castro, por todas as reuniões, revisões e ajudas prestadas;

Aos meus pais e irmão, em toda a ajuda que foi dada e em todas as dores de cabeça que tiveram ao longo destes cinco anos;

À minha namorada, Patrícia, por me ter aturado em todas as horas;

Ao meu ano, 2013, por tudo o que passamos juntos;

À minha Tuna, Looney Tuna, por todos os bons momentos que todos juntos passamos e que serviu para o surgimento das melhores histórias enquanto estudante;

Aos restantes meus amigos da faculdade;

Aos meus colegas árbitros por aceitarem participar na minha investigação;

A todos os outros que de uma forma ou de outra contribuíram para que passasse os melhores cinco anos da minha vida.

O meu muito obrigado, um abraço de estima a todos!

Hugo Cerqueira

Resumo

O presente trabalho constitui uma investigação no contexto da arbitragem nacional, procurando identificar e avaliar as características motivacionais dos árbitros de futebol.

Neste projeto de trabalho procurou-se responder a três questões principais: Quais os principais motivos para ser árbitro de futebol? Quais as principais motivações dos árbitros? Que gratificações encontram na sua atividade?

Para desenvolver o processo de investigação foram utilizados dois instrumentos de trabalho: um criado especificamente para esta problemática pelo autor da dissertação (e que se designou como “Questionário de Motivos para Ingressar no Mundo da Arbitragem”) e um outro instrumento baseado na Sports Motivation Scale (Pelletier et al., 1995) utilizando a versão portuguesa de Bara Filho et al. (2011), designada como Escala de Motivação Desportiva.

Os resultados obtidos mostraram que os principais motivos que levam as pessoas a ingressar no mundo da arbitragem são a paixão que sentem pelo futebol, a procura de novas experiências, o gosto e a curiosidade sobre o mundo da arbitragem bem como a valorização pelo exercício físico. A aplicação da Escala de Motivação Desportiva (Bara Filho et al., 2011), revelou como principais características motivacionais dos árbitros, a motivação intrínseca para a estimulação da experiência e a motivação intrínseca para a realização. Finalmente os dados obtidos permitiram também confirmar que os árbitros que experimentam um determinado tipo de paixão – a paixão harmoniosa - desfrutam do jogo, abstraindo-se de interferências externas, num estado de *flow feeling* (Csikszentmihalyi) o que os ajuda na tomada de decisão e na reação ao erro.

Palavras-chave: Árbitros; Motivação; Autodeterminação; Modelo dualístico da Paixão; *Flow Feeling*.

Abstract

The present work is an investigation in the context of national arbitration of football, seeking to identify and assess the motivational characteristics of football referees. This project sought to answer three main questions: what are the main reasons to be a football referee? What are the main motivations of the referees? What are the gratifications that they find in their activity?

To develop the research process were used two tools: an instrument created specifically for this problematic, by the author of the dissertation (and which is designated as "Questionnaire of Reasons for joining the World of arbitration") and an instrument based on Sports Motivation Scale (Pelletier et al., 1995), using the Portuguese version of Bara Filho et al. (2011), known as the Sport Motivation scale.

The results showed that the main reasons that lead people to enter the world of arbitration are the passion they feel for football, looking for new experiences, taste and curiosity about the world of arbitration as well as the appreciation for physical exercise. The application of the Sports Motivation Scale (Bara Filho et al., 2011) revealed as main motivational features of the referees, the intrinsic motivation to experience stimulation and the intrinsic motivation for achievement. Finally, the data obtained allowed also to confirm that the referees who experience a certain type of passion -the harmonious passion- enjoy the game, abstracting themselves from external interference, in a state of flow feeling (Csikszentmihalyi) which helps them in decision making and in reaction to the error.

Keywords: referees; Motivation; Self-determination; Dualistic model of passion; Flow Feeling.

Résumé

Ce travail constitue une recherche dans le cadre d'un arbitrage national visant identifier et évaluer les caractéristiques motivationnelles des arbitres de football.

Au long du projet, nous avons essayé de répondre à trois questions principales : Quelles sont les principales causes d'être arbitre de football? Quelles sont les principales motivations des arbitres ? Quelle satisfaction trouvent-ils dans leur activité?

Pour construire le processus de recherche, deux instruments de travail ont été utilisés: l'un créé par l'auteur de la thèse spécifiquement pour cette problématique (et désigné sous le nom de «Questionnaire sur les raisons de se joindre au monde de l'arbitrage ») et un autre instrument, créé à partir de la *Sports Motivation Scale* (Pelletier et al., 1995), utilisant la version portugaise de Bara Filho et al. (2011), désigné comme *Escala de Motivação Desportiva*.

Les résultats ont montré que les principales raisons qui incitent les gens à entrer dans le monde de l'arbitrage sont la passion qu'ils éprouvent pour le football, la recherche de nouvelles expériences, l'attrait et la curiosité pour le monde de l'arbitrage ainsi que le goût pour l'exercice physique. L'application de la *Escala de Motivação Desportiva* (Bara Filho et al., 2011) a révélé que les caractéristiques principales de la motivation des arbitres sont la motivation intrinsèque pour la stimulation de l'expérience et la motivation intrinsèque pour la réalisation. Finalement, les données obtenues nous ont également permis de confirmer que les arbitres qui éprouvent un certain type de passion - la passion harmonieuse - apprécient le jeu, sans ingérence extérieure, dans un *flow feeling* (Csikszentmihalyi), ce qui les aide au moment de la prise de décision et de la réaction face à une erreur.

Mots-clés: Arbitres; Motivation; Autodétermination; Modèle Dualiste de la Passion; *Flow Feeling*.

Índice

| | |
|---|-----------|
| Introdução | 1 |
| Enquadramento Teórico | 2 |
| 1. Ser árbitro de futebol em Portugal | 2 |
| 1.1 Carreira de um árbitro de Futebol | 4 |
| 1.2 Avaliação dos árbitros | 6 |
| 2. Motivação na arbitragem | 6 |
| 2.1 Teoria da Autodeterminação Deci & Ryan (1985, 2000) | 7 |
| 2.2 A escala de motivação desportiva (Sports Motivation Scale (Pelletier et al., 1995). 9 | |
| 3. Modelo dualístico da Paixão | 10 |
| 4. Teoria do <i>Flow Feeling</i> | 11 |
| Estudo Empírico | 14 |
| 2.1 Problema de investigação e objetivos de estudo | 14 |
| 2.2 Modelo de pesquisa e instrumentos utilizados | 15 |
| 2.2.1 Motivos para Ingressar no Mundo da Arbitragem | 15 |
| 2.2.2 Sports Motivation Scale (Pelletier et al., 1995) | 15 |
| 2.3 Amostra | 16 |
| 2.4 Procedimento | 17 |
| Apresentação dos resultados | 18 |
| 3.1 Questionário dos Motivos para Ingressar no Mundo da Arbitragem | 18 |
| 3.2 Escala de Motivação Desportiva | 19 |
| Discussão dos resultados | 22 |
| Conclusões e limitações desta investigação | 27 |
| Referências Bibliográficas | 29 |

Introdução

Com suporte na minha experiência pessoal e sendo um apaixonado pelo futebol e por outro lado, sendo também um estudante de Psicologia decidi juntar aquilo que para mim é o melhor de dois mundos: a motivação, na área da psicologia, e a arbitragem, no lado do futebol.

Alguns estudos referem que os árbitros são altamente motivados em arbitrar e têm um enorme interesse no seu desporto (Folkesson, Nyberg, Archer & Norlander, 2002; Wolfson & Neave, 2007) e além disto, passam grande parte do seu tempo a treinar e a melhorar as suas capacidades.

Com este enquadramento, o processo de investigação foca-se na atividade dos árbitros de futebol de 11 e tem como objetivos principais estudar o motivo da escolha desta atividade, uma vez que não é muito comum a opção pela arbitragem sendo muitas vezes menosprezada; caracterizar a motivação dos árbitros para continuar a exercer a atividade, pois como referi e pela minha experiência, de muitos amigos que tiramos o curso, só poucos é que ainda continuamos, sendo necessário uma forte motivação para poder continuar; e por fim, a gratificação pessoal que buscam e que sentem ao arbitrar jogos uma vez que alguns árbitros que relatam “não dar conta do tempo passar” ou “nem sequer ouvir as bocas da bancada” focadíssimos que estão no seu trabalho, a disfrutar de cada decisão.

Esta investigação suporta-se nas teorias mais relevantes da motivação, nomeadamente a Teoria da Motivação e a Teoria da Autodeterminação de Decy e Ryan de forma a caracterizar a motivação dos árbitros e a Teoria do *Flow-Feeling* e o Modelo Dualístico da Paixão de forma a tentar caracterizar as emoções dos árbitros e a gratificação que buscam durante os jogos de futebol.

Este trabalho está dividido em três partes: a primeira é a introdução que conta com a exploração concetual do que é ser um árbitro em Portugal e revisão teórica acerca das teorias acima descritas; a segunda parte foca-se no estudo empírico onde se explica o objeto e objetivos desta investigação, bem como a metodologia, a descrição dos instrumentos utilizados, a caracterização da amostra e a recolha de dados; a terceira parte será a apresentação e discussão dos resultados tendo em conta as teorias propostas pela investigação.

Enquadramento Teórico

1. Ser árbitro de futebol em Portugal

“O futebol não é um jogo perfeito, não entendo como querem que o árbitro o seja”
Pierluigi Collina

Nos anos mais recentes anos, o desporto tem vindo a emergir como um tema em Psicologia e atletas dos mais variados desportos têm sido alvo de múltiplas investigações. No entanto, há um grupo dos participantes na prática desportiva que tem sido negligenciado – os responsáveis pela arbitragem das diversas modalidades. No caso do futebol chega a ser surpreendente a sua ausência, uma vez que os árbitros são parte ativa desse desporto cujos comportamentos podem ter impacto relevante no comportamento dos outros atletas e nas condicionantes do próprio jogo

Há uns anos atrás, numa brincadeira de amigos, suscitou-me o interesse de frequentar o curso de arbitragem, pois todos tínhamos uma ligação ao futebol devido ao facto de desde pequenos jogarmos “à bola”. Os intervalos da escola eram passados a jogar e no fim das aulas ficávamos sempre todos à espera do treino de futebol. Estava, portanto, á vista que todos tínhamos uma grande paixão pelo futebol e naquele momento, quando surgiu a oportunidade do curso de árbitro de futebol, decidimos que iríamos todos juntos. Uns não chegaram ao fim do curso e desistiram antes das provas finais, outros duraram pouco tempo e a verdade é que, passados quase seis anos, apenas continuamos três dos muitos que começaram o curso. Falando por experiência própria, o que foi no início uma brincadeira tornou-se uma verdadeira paixão e um gosto por arbitrar que nos faz querer mais, treinar mais, dedicar mais para atingir determinados objetivos.

Mas como funciona a arbitragem em Portugal?

De acordo com o Artigo nº5 do Regulamento da Arbitragem da Federação Portuguesa de Futebol *“A arbitragem é integrada, a nível nacional, pelos agentes da arbitragem das categorias da FPF e, a nível distrital, pelos agentes da arbitragem das categorias ou quadros das Associações”*

O Conselho de Arbitragem da FPF, coordena a arbitragem a nível nacional sendo responsável por gerir toda a atividade da arbitragem, nomeadamente e de acordo com o artigo nº7 da Regulamento de Arbitragem (entre outros):

- 1- Assegurar o funcionamento da arbitragem a nível nacional;
- 2- Aprovar as normas de gestão administrativa da arbitragem;
- 3- Estabelecer os critérios de nomeação, classificação dos árbitros;
- 4- Estabelecer os parâmetros de formação do sistema nacional da arbitragem;
- 5- Implementar as leis do jogo no domínio específico da arbitragem nacional;
- 6- Zelar pela boa aplicação das leis de jogo;
- 7- Elaborar, anualmente, a constituição das categorias de árbitros, árbitros assistentes, observadores e especialistas em vídeo-árbitro, e proceder à sua publicação;
- 8- Estabelecer os conteúdos programáticos da formação dos agentes da arbitragem;
- 9- Promover e administrar a formação dos árbitros, árbitros assistentes, árbitros assistentes adicionais, VAR, observadores e cronometristas com a colaboração da Academia de Arbitragem;
- 10- Coordenar e uniformizar com os Conselhos de Arbitragem das Associações os níveis de formação dos árbitros, observadores e cronometristas e os assuntos técnicos da arbitragem;
- 11- Proceder à marcação dos exames médico-desportivos dos agentes de arbitragem pertencentes às categorias nacionais;

A nível distrital o Conselho de Arbitragem da FPF delega aos Conselhos de Arbitragem das Associações de Futebol de cada distrito os devidos poderes para a gestão da arbitragem a nível das competições distritais sempre de acordo com as normas previstas pelo Regulamento de Arbitragem do Conselho de Arbitragem da FPF.

Portanto, existem diversas categorias de árbitros que a seguir se descrevem de forma resumida:

- 1- Categoria Jovem (CJ): será a primeira categoria de todas, aquela onde se colocam os jovens árbitros, menores de idade, após ingressar no mundo da arbitragem. Pertence aos quadros da distrital;
- 2- Categoria 5 (C5): Aquela para onde vão os jovens após completar 18 anos;
- 3- Categoria 4 (C4): Normalmente, passando um ou dois anos na categoria C5, integra-se esta categoria, onde o árbitro já começa a arbitrar jogos como árbitro principal, ganhando assim alguma autonomia;
- 4- Categoria 3 (C3): A mais alta e última categoria da distrital. Nesta categoria, além de se arbitrar séniores das competições distritais, luta-se por um lugar nos Cursos de acesso aos quadros nacionais;
- 5- Categoria 3 Avançado (C3 Avançado): A primeira categoria dos quadros nacionais, onde predomina a arbitragem de jogos das camadas jovens de competições nacionais

- 6- Categoria 2 (C2): Penúltima categoria dos quadros nacionais;
- 7- Categoria 1 (C1 e C1PRO): A mais alta categoria de arbitragem de futebol a nível nacional, onde todos os árbitros ambicionam chegar;
- Existem ainda as categorias de: Categoria dos árbitros assistentes (AAC1 e AAC2);
- Categoria Feminina (CF e CF2): Categoria onde estão as árbitras pertencentes aos quadros da nacional;
- Categoria VAR: Categoria engloba os árbitros apenas especialistas em vídeo-árbitro.

1.1. Carreira de um árbitro de Futebol

Salvo raras exceções, a carreira de um árbitro tem início, normalmente, na Associação de Futebol do distrito em que nasceu ou em que mora, e que através dos respetivos Conselhos de Arbitragem promovem junto de escolas, bairros ou outros locais o curso de arbitragem com vista a receber e enquadrar novos árbitros, muitos deles jovens e menores de idade.

De acordo com o Regulamento de Arbitragem 2017/2018 do Conselho de Arbitragem da Federação Portuguesa de Futebol, é necessário preencher os seguintes requisitos para ser árbitro de Futebol em Portugal:

- a) Seja nacional de um país comunitário ou beneficie do estatuto de dupla nacionalidade;
- b) Tenha idade de integração na categoria jovem, seja menor emancipado ou maior até à idade máxima de 35 (trinta e cinco) anos;
- c) Resida, estude ou tenha atividade profissional na área do distrito do Conselho de Arbitragem da Associação de candidatura;
- d) Não sofra de incapacidade civil, interdição ou inabilitação;
- e) Não tenha sido condenado a pena de prisão efetiva, por sentença com trânsito em julgado;
- f) Não tenha sofrido sanção disciplinar, em qualquer modalidade desportiva, com pena igual ou superior a noventa dias de suspensão;
- g) Não seja portador de doença ou característica física incompatível com a prática da arbitragem;
- h) Tenha o mínimo de 1,65 m de altura nos homens e 1,55 m nas mulheres, salvo tratando-se de candidato à categoria jovem;
- i) Tenha o 12º ano de escolaridade ou equivalente legal como habilitação literária mínima ou, sendo candidato à categoria jovem, habilitação literária mínima correspondente à sua idade;

O curso de arbitragem é então ministrado pelo Conselho de Arbitragem da respetiva Associação sempre com orientação e supervisão da Academia de Arbitragem do Conselho de Arbitragem da FPF, sendo necessário para aprovação no curso, a este nível inicial, a conclusão de um teste de escolha múltipla de vinte perguntas sobre as leis de jogo e também de uma prova física, normalmente em pista olímpica.

Mas como diz o poeta “primeiro estranha-se, depois entranha-se”, o que no início não era objetivo, depois vai começando a ser e impulsionar o gosto pela arbitragem e consequente desejo a progressão de carreira com vista ao ingresso nos quadros nacionais de árbitros. Este é um processo complexo e com múltiplos patamares e que poderá conduzir ao nível mais avançado, para o qual é necessária a frequência de um Curso de Formação Avançada Nível 2

Este curso, com a duração de 40 horas, engloba várias atividades e formações como treino de campo, formações a nível da saúde, da psicologia, das leis de jogo e termina com uma avaliação, composta por um teste escrito de 20 perguntas de escolha múltipla sobre leis de jogo e uma prova física. De acordo com as vagas que são abertas no tempo do curso, os melhores árbitros sobem de categoria e ficam uma época desportiva na categoria C3 avançado, correspondente à primeira categoria dos quadros da nacional, ascendendo depois à categoria C2 (apenas os melhores classificados do curso, de acordo novamente com as vagas). Após isto, apenas fica a faltar uma categoria para ascender ao mais alto nível do futebol português e da arbitragem a nível nacional, a categoria C1, que exige a participação no Curso de Formação de Elite Nível 3. O curso tem a duração de cinquenta horas e *“são admitidos à categoria C1 os melhores classificados da fase teórico-prática até completar o número de árbitros previstos para a categoria, sendo que pelo menos 50% tem que ter idade inferior a 30 (trinta) anos à data de 30 de junho do ano civil de realização da fase teórico prática.”* Durante este curso, ministra-se formações e atividades a vários níveis como no curso referido anteriormente, mas de acordo com a alta exigência deste nível.

Após atingir este nível, o próximo será o nível internacional de acordo com os parâmetros da Federação Internacional de Futebol, FIFA.

1.2. Avaliação dos árbitros

Além dos cursos e processos de avaliação referidos, será também muito relevante na avaliação dos árbitros o seu desempenho em campo e que é feito por um observador que remete às autoridades competentes, um relatório de acordo com os parâmetros de avaliação estabelecendo uma nota que vai de 0 a 10, onde faz referência a tudo o que se passou no jogo e se o árbitro decidiu bem ou mal. Este é o fator de avaliação mais importante, e onde se decidem carreiras e se faz a seleção dos melhores árbitros.

2. Motivação na arbitragem

Mas que força é essa que nos faz investir nesta atividade (e que raramente é uma carreira)?

Muitos têm sido os autores que se debruçam sobre a motivação enquanto conceito e processo que nos faz mover como seres vivos. No âmbito do desporto, a motivação talvez seja a variável mais importante para a permanência e prazer em determinada atividade desportiva: é aquilo que move cada atleta a ser cada vez melhor e a lutar por objetivos exigentes. A Psicologia Desportiva tem vindo a desenvolver múltiplos processos de investigação e estudos ao longo de todos os cantos do mundo (Gomes, Coimbra, Garcia, Miranda, & Bara Filho, 2007), ao mesmo tempo que também tem crescido o interesse dos atletas e treinadores sobre a componente psicológica da prática desportiva de modo a produzir e descobrir novos processos e métodos capazes de aumentar a motivação (Coimbra et al., 2008).

De acordo com as mais conhecidas teorias da motivação humana, deverá existir algo que desencadeie a ação do indivíduo e que depois lhe dará uma direção até à conclusão do objetivo. Constitui, pois, uma forma de mobilizar as forças pessoais (intrínseca) ou ambientais (extrínseca) bem como os comportamentos próprios para a conclusão de um objetivo (Feijó, 1998; Miranda e Bara Filho, 2008). A motivação orienta um processo responsável pela direção e pela persistência dos esforços de uma pessoa com vista ao alcance de um objetivo (Robbins, 1999).

Para este processo de investigação decidimos, ter como base, as perspetivas conceptuais da Teoria da Autodeterminação de Deci & Ryan (1985, 2000) com objetivo geral de avaliar os níveis de motivação dos árbitros numa determinada região de Portugal.

2.1. Teoria da Autodeterminação Deci & Ryan (1985, 2000)

Esta perspectiva teórica, muito reconhecida no contexto da psicologia motivacional, aparece no fim do século XX quando os seus autores Deci e Ryan referem que os seres humanos são organismos ativos com tendências inatas para o desenvolvimento pessoal, procurando sempre envolver-se de maneira eficaz no contexto em que vivem (Deci & Ryan, 1985; Gonzalez, Valle, Marquez, 2011). Estes autores propõem que o comportamento humano é essencialmente incentivado por três necessidades: autonomia, competência e relação social, que se assumem como essenciais ao bem-estar e desenvolvimento social do indivíduo (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000). A necessidade da competência aparece como o ser capaz de algo, poder e conseguir controlar o resultado de algo; a relação social representa o esforço para se criar e manter laços afetivos com os pares recebendo também os afetos em troca; a autonomia apresenta-se como a sensação de estar na origem das suas ações (Fernandes & Vasconcelos Raposo, 2005; Murcia, Gimeno & Coll, 2007; Murcia e Coll, 2006; Perreault & Vallerand, 2007; Ryan & Deci, 2000). Estas três necessidades representam um mediador entre o seu próprio impacto social e a motivação pessoal do indivíduo, pois quando há percepção positiva da autonomia, competência e relação social verifica-se também uma motivação e bem-estar positivos, pelo contrário não havendo percepção destas necessidades, não existirá motivação (Vallerand & Losier, 1999).

Um elemento relevante desta perspectiva acentua que a motivação do indivíduo é contínua e diretamente influenciada por níveis de autodeterminação, fomentando assim a emergência de três níveis de motivação: intrínseca, extrínseca e a desmotivação (Chantal, Guay, Dobрева-Martinova, & Vallerand, 1996; Cresswell & Eklund, 2005; Perreault & Vallerand, 2007; Sarrazin, Vallerand, Guillet, Pelletier & Curry, 2002). A motivação intrínseca significa que a atividade é praticada simplesmente pelo prazer e satisfação que ela própria gera no indivíduo, por exemplo quando um atleta pratica o seu desporto simplesmente pelo prazer de inovar e dominar as técnicas. Ou seja, o indivíduo pratica a atividade voluntariamente sem esperar receber recompensas externas. A motivação intrínseca será então aquela que vem de “dentro” do indivíduo e alguns autores propuseram a sua divisão em três tipos de motivação: motivação para saber, para realizar e para a estimulação da experiência (Fernandes & Vasconcelos-Raposo, 2005; Murcia & Coll, 2006; Murcia, Gimeno, et al., 2007; Nuñez, Martín-Balbo, Navarro, & González, 2006; Pelletier et al., 1995; Perreault & Vallerand, 2007; Ryan & Deci, 2000; Vallerand et al.,

1992). A motivação intrínseca para saber significa que a motivação vem do prazer de saber algo novo, aprender algo, uma técnica nova (Pelletier et al., 1995). Este tipo de motivação intrínseca está relacionado com conceitos como curiosidade, exploração e significa essencialmente o prazer que um indivíduo tem quando realiza uma atividade e ao mesmo tempo aprende algo novo. O tipo de motivação intrínseca para realizar significa que a motivação vem quando há satisfação e prazer na realização de uma atividade quando se atinge algo, como por exemplo um objetivo (Pelletier et al., 1995). Será por isso que um atleta treina intensivamente para atingir uma determinada marca visando atingir essa marca. É a motivação adjacente á conquista de um objetivo.

Por fim temos a motivação intrínseca para a estimulação da experiência que se verifica quando alguém inicia uma atividade pelo simples facto de vivenciar e experimentar as sensações que derivam da atividade como por exemplo a diversão, a adrenalina e o divertimento (Pelletier et al., 1995). Este tipo de motivação está ligado á essência lúdica da atividade, sendo a atividade lúdica aquela que é funcional, satisfatória e espontânea (Miranda e Bara Filho, 2008).

Em termos globais a motivação extrínseca significa um conjunto de comportamentos com vista a atingir um determinado fim e não necessariamente ao bem-estar do indivíduo. A motivação extrínseca é caracterizada por fatores externos que direcionam o comportamento do indivíduo que podem ser elogios, bolsas de estudo, troféus, etc (Miranda & Bara Filho, 2008; Cratty, 1984; Cox, 1984). Deci e Ryan (1985) propuseram ordenar este tipo de motivação através de um continuum de auto-determinação e evidenciaram três tipos de motivação extrínseca: Identificação, Introjeção e Regulação Externa.

A motivação extrínseca para a identificação acontece quando para o indivíduo que pratica determinada atividade o valor e juízo externos relativos ao seu comportamento são importantes (Pelletier et al, 1995). Este tipo de motivação extrínseca refere-se ao comportamento interno do indivíduo, mas a vontade de realizar a atividade vem dos valores externos e não pelo prazer e satisfação inerentes a realização da atividade.

A motivação extrínseca para a introjeção implica a necessidade de evitar maus sentimentos tais como a culpa, a ansiedade. Como no caso de atletas que se sentem na obrigação de praticar algum tipo de desporto para estarem sempre em boa forma física ou simplesmente para evitar sentimentos advindos de razões estéticas como por exemplo a vergonha ou o constrangimento por não estar na melhor forma (Pelletier et al., 1995).

A motivação extrínseca de regulação externa significa que o indivíduo só pratica a atividade simplesmente para receber incentivos externos, para alcançar uma recompensa ou para evitar uma punição. Neste caso, o desporto não é uma diversão, mas sim uma fonte de recompensas. Atletas que praticam determinados desportos exclusivamente para receber prémios de seus colegas ou treinadores são movidos pela regulação externa.

Por fim, e como a mais baixa forma de motivação no continuum da autodeterminação de Deci & Ryan, surge a desmotivação ou a amotivação e na qual o indivíduo experiêcia falta de controlo ou impotência e não consegue identificar nenhuma boa razão para continuar a praticar a atividade. Estes indivíduos não são nem intrínseca nem extrinsecamente motivados e ponderam mesmo não realizar ou abandonar a atividade (Fernandes & Vasconcelos-Raposo, 2005; Murcia & Coll, 2006; Murcia, Gimeno, et al., 2007; Nuñez, MartínBalbo, Navarro, & González, 2006; Pelletier et al., 1995; Perreault & Vallerand, 2007; Ryan & Deci, 2000; Vallerand et al., 1992). Procurando ordenar as 7 dimensões associadas à teoria da autodeterminação no desporto foi proposto um continuum que vai desde a motivação mais negativa para a mais positiva de forma crescente, de acordo com a imagem 1 (Vallerand e Losier, 1999).

Imagem 1: Motivação intrínseca e extrínseca no Desporto



2.2 A escala de motivação desportiva (Sports Motivation Scale (Pelletier et al., 1995))

Face à sua importância na avaliação das múltiplas formas de motivação para a prática desportiva alguns autores procuram avaliar de forma quantitativa as 7 dimensões da motivação propostas pela Teoria da Autodeterminação de Deci & Ryan; inicialmente foi criada uma escala por Pelletier et al., (1995), para avaliar a motivação desportiva,

instrumento validado para a língua portuguesa por Bara Filho et al., (2011). Esta escala aborda 28 itens, divididos por 4 para cada uma das sete dimensões já referidas: motivação intrínseca para saber; motivação intrínseca para realizar; motivação intrínseca para a estimulação da experiência; motivação extrínseca para a identificação; motivação extrínseca para a introjeção; motivação extrínseca para a regulação externa; amotivação. Esta escala tem sido amplamente usada no contexto da psicologia desportiva, principalmente no Brasil desde que foi validada para a língua portuguesa por Bara Filho et al., (2011). Foi utilizada em contexto desportivo competitivo (Chantal et al., 1996); educacional (Fernandes & Vasconcelos-Raposo, 2005) e da atividade física (Alexandris, Tsorbatzoudis, & Grouios, 2002). De acordo com Chantal et al., (1996) e Nuñez et al. (2006) foi também validado para outras línguas.

3. Modelo dualístico da Paixão

Mas se na prática desportiva dos árbitros emergem com clareza fatores motivacionais, também tem sido apontada a importância desse conceito vasto e subjetivamente subtil que é a Paixão.

Vallerand e seus colegas (2008), apresentam a paixão como uma forte inclinação para uma determinada atividade que um indivíduo gosta, ou até mesmo ama, constituindo uma importante fonte de investimento e energia para o bem-estar da sua vida (Vallerand, 2008; Vallerand et al., 2003; Vallerand & Houliort, 2003; Vallerand & Miquelon, 2007). O modelo aponta para a existência de dois tipos de paixão: a paixão harmoniosa (PH) e a paixão obsessiva (PO). A PH é o resultado de uma internalização autónoma da atividade na identidade da pessoa (Vallerand et al., 2003) sendo que esta internalização apenas ocorre quando há uma aceitação da atividade como importante, sem que se verifiquem algumas contingências externas ligadas á atividade (Deci & Ryan, 2000; Sheldon, 2002; Vallerand, 1997). Este tipo de paixão está ligado á motivação intrínseca na qual o indivíduo pratica a atividade simplesmente pelo prazer que lhe dá sem esperar recompensas externas. A PH proporciona á pessoa, um estado de concentração levando-a a experienciar emoções positivas e até mesmo chegar a um estado de flow (Csikszentmihalyi, 2000, 1975).

Quanto á PO, contrariamente a PH, surge como uma internalização controlada da atividade por parte do indivíduo (Vallerand et al., 2003). Este tipo de internalização da atividade gera pressão no indivíduo pela presença de certas contingências externas ligadas á atividade como por exemplo sentimentos de aceitação social, autoestima, recompensas

externas por parte de alguém, etc. Este tipo de paixão assemelha-se com a motivação extrínseca onde o indivíduo não pratica a atividade pelo simples prazer que esta lhe oferece, mas sim com vista a um determinado fim, caracterizada por fatores externos que direcionam o comportamento do indivíduo. Este tipo de paixão leva a pessoa a uma persistência rígida perante a atividade levando a sentimentos negativos e a uma maior desconcentração devido à pressão externa e torna-se complicado para o indivíduo desligar-se da preocupação da sua performance, não lhe permitindo absorver sentimentos positivos como na PH. A PO conduz a uma função cognitiva e afetiva negativa ou menos adaptativa da atividade do que a PH.

Uma muito interessante investigação conduzida por Fredrick L. Philipe et al (2009) tendo por base o modelo dualístico da paixão de Vallerand et al. (2003), reviu profundamente o papel da paixão em arbitrar em relação à função cognitiva e afetiva dos árbitros de futebol durante um jogo. Este estudo envolveu árbitros de futebol franceses que arbitravam ao mais alto nível nacional e internacional, sendo considerados pelo estudo como os melhores. Neste contexto os resultados revelaram que a paixão harmoniosa está associada às sensações positivas e experiência de “flow” durante os jogos enquanto que a paixão obsessiva não promove sensações positivas nem experiência de “flow”, estando sobretudo correlacionada com as sensações negativas durante um jogo. Ainda nesta investigação, foi avaliado como o tipo de paixão afeta a função cognitiva e afetiva do árbitro após cometer um erro grave. Os resultados apontam que, a PH está negativamente associada a uma mal adaptação afetiva e cognitiva após um erro grave enquanto que a PO está positivamente associada a uma mal adaptação afetiva e cognitiva, inclusive a uma série de más decisões após um erro grave (Fredrick L. Philipe, Robert J. Vallerand, Joéline Andrianarisoa, Philippe Brunel, 2009).

4. Teoria do *Flow Feeling*.

Nesta ampla conjugação de motivações e paixão pelo desempenho do papel de árbitro de futebol, importa referir uma perspetiva que reequaciona o sentido de fruição (flow?) que pode ser experimentado pelo desportista. Uma abordagem teórica desenvolvida por Mihalyi Csikszentmihalyi, a partir da década de 1970, procurou ajudar a compreender melhor a razão de algumas pessoas praticarem certas atividades com o máximo de desempenho e alto grau de motivação (Miranda & Bara Filho, 2008). Neste

contexto foi identificado o “*flow feeling*” como um estado de consciência na qual o praticante se encontra totalmente emergido na atividade, altamente motivado e com esforço positivo (Bakker, Oerelmans, Demerouti, Slot, & Ali, 2011). O *flow feeling* será então um estado de fluidez com experiência máxima e positiva da atividade. Nas pesquisas de Csikszentmihalyi as pessoas utilizavam o conceito de flow para definirem uma ação sem esforço que se afiguravam como os melhores momentos de suas vidas (Csikszentmihalyi, 1997). Miranda e Bara Filho (2008), definem o flow como um “*estado de consciência em que o indivíduo chega a estar totalmente absorvido pelo que está a fazer, até alcançar a exclusão de outros pensamentos e emoções*”.

De acordo com Jackson & Csikszentmihalyi (1999) o construto “*flow feeling*” envolve nove diferentes dimensões:

1. O equilíbrio desafio-habilidade: refere-se ao equilíbrio entre o desafio no qual o atleta está envolvido e a sua capacidade de lhe responder de forma adequada;
2. A concentração na tarefa: o foco da atenção está todo direcionado na tarefa;
3. Os objetivos claros no estado *flow*: o atleta sabe qual o objetivo a atingir e o que é necessário para fazer a atividade com sucesso;
4. O feedback claro e imediato: indicadores nos quais os atletas percebem claramente como está a ser o seu desempenho na tarefa;
5. A fusão entre ação e atenção: envolvimento intenso na atividade tornando as ações dos atletas totalmente espontâneas e automáticas;
6. O controle absoluto das ações: percepção de estar a controlar a situação (pode ser também caracterizada por uma falta de preocupação em perder o controlo);
7. A perda da autoconsciência: inexistência de preocupações externas. A pessoa fica totalmente absorvida pela atividade e desliga-se do mundo social;
8. A perda da noção do tempo: desorientação temporal, descritas pelos atletas, por exemplo como “*O tempo passou muito rápido*”;
9. A experiência autotélica: experiência recompensadora por si só. Envolvimento profundo da atividade.

No âmbito deste trabalho importará tentar compreender a possível ponte entre o modelo dualístico da paixão e a teoria do *flow-feeling*. Como foi referido a paixão harmonizada está ligada a uma sensação de praticar a atividade pelo prazer que confere ao indivíduo, relacionando-se desta forma com a motivação intrínseca, enquanto a paixão obsessiva está ligada á realização da atividade com vista a um determinado fim ou a

recompensas externas associando-se desta forma à motivação extrínseca. Como a paixão harmonizada permite ao indivíduo experienciar emoções positivas e um estado de *fruição* é presumível que o *flow feeling* seja uma manifestação intensa, da mais clara motivação intrínseca (Csikszentmihalyi, 1978; Jackson & Marsh, 1996; Deci & Ryan, 1985).

Estudo Empírico

2.1 Problema de investigação e objetivos de estudo

O objetivo central deste projeto de investigação centra-se na identificação das principais fontes de motivação dos árbitros de futebol, sendo esta uma atividade, que nem sempre é vista na sua dignidade e de forma respeitadora ao contrário dos outros intervenientes do mundo de futebol.

Procura-se também estudar o tipo de paixão que move os árbitros, por relação ao modelo dualístico da paixão e se disfrutam em pleno da arbitragem, de acordo com pressupostos da teoria do *Flow-Feeling*.

De forma exploratória procurou-se também identificar os motivos por que os indivíduos escolhem a prática da arbitragem, visando caracterizar o tipo de gratificação que sentem ao arbitrar.

Este estudo, caracteriza-se pelo objetivo em conhecer mais e melhor o mundo da arbitragem de futebol tendo em conta um dos seus principais agentes: os árbitros. É um estudo de carácter exploratório, cujo principal objetivo será aferir e caracterizar a motivação dos árbitros para entrarem para o mundo da arbitragem e uma vez inseridos no contexto, caracterizar a motivação que os faz continuar na arbitragem, bem como as emoções que sentem ao arbitrar um jogo de futebol.

Para Lewis & Pamela (1987) uma questão de investigação é aquela que explica a área de investigação, tornando-se, pois, necessário, evoluir das afirmações enunciadas para questões que suportaram os objetivos da presente investigação; neste enquadramento estas são as questões de investigação

- 1- Quais são os motivos que conduzem à decisão de praticar a atividade de árbitro de futebol?
- 2- Que motivações experimentam os árbitros de futebol?
- 3- Que gratificações encontram os árbitros na sua atividade?

Toda a investigação deve ter objetivos de estudo que se podem dividir em objetivos gerais e objetivos mais específicos (Dias, 2010). Como objetivos mais específicos, esta investigação propõe-se a responder ao conjunto de questões acima mencionadas que andam sempre em volta da motivação dos árbitros, mas que variam um pouco como veremos.

2.2 Modelo de pesquisa e instrumentos utilizados

Numa primeira fase, o presente trabalho visou identificar os principais motivos que levam os indivíduos a entrarem para o mundo da arbitragem e numa segunda fase identificar e caracterizar a motivação dos árbitros para continuarem a exercer a atividade, bem como as variadas emoções que encontram durante a sua atividade.

Este processo de investigação envolveu dois momentos de pesquisa: inicialmente um processo de natureza qualitativa através da construção de um questionário acerca dos motivos relativos à escolha da prática de arbitragem e que foi depois aplicado a um grupo de árbitros; um segundo momento onde foi administrado um questionário aos participantes – o Sports Motivation Scale (SMS; Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995), traduzida para a versão portuguesa por Bara Filho et al., (2011).

Os resultados dos questionários foram alvo de um tratamento estatístico com base análise no programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 24.0.

2.2.1 Motivos para Ingressar no Mundo da Arbitragem (anexo A)

Trata-se do questionário construído deliberadamente para este processo pelo autor desta dissertação. Consta de 20 itens, em que se avaliam os principais motivos para ser árbitro, atribuindo um valor a cada motivo numa escala de 1 a 5. Para a criação deste questionário foram coligidos, de forma informal junto de uma rede de árbitros de futebol, os múltiplos motivos considerados como os mais significativos para se ingressar no mundo da arbitragem. Foi realizada depois uma aplicação exploratória e experimental, com reflexão discutida com cerca de 15 árbitros que conduziu a uma seleção de 20 motivos e que constituíram o questionário final.

2.2.2 Sports Motivation Scale (Pelletier et al., 1995) (Anexo B)

Criada por Pelletier et al., (1995), validada para a língua portuguesa por Bara Filho et al., (2011) com o nome de Escala de Motivação Desportiva. Esta escala aborda 28 itens, divididos por 4 para cada uma das 7 dimensões da Teoria da Autodeterminação estando organizadas de forma decrescente no continuum da motivação: (1) motivação intrínseca para saber, (2) motivação intrínseca para realizar; (3) motivação intrínseca para a estimulação da experiência; (4) motivação extrínseca para identificação, (5) motivação

extrínseca para a introjeção (6) motivação extrínseca para a regulação externa; e por último a (7) amotivação.

A **motivação intrínseca para o saber** significa que alguém é motivado para aprender algo novo, uma nova técnica; a **motivação intrínseca para a realização** significa que o indivíduo é motivado para atingir uma determinada marca, um objetivo; a **motivação intrínseca para a estimulação da experiência** significa que alguém se move pelas emoções positivas que a atividade lhe trás; a **motivação extrínseca para a identificação** acontece quando o indivíduo se move pelo valor e juízos externos; a **motivação extrínseca para a introjeção** significa que o indivíduo se move para evitar sentimentos negativos; a **motivação extrínseca para a regulação externa** significa que o indivíduo só pratica a atividade para receber reforços externos positivos como elogios ou troféus; por fim, a **amotivação** significa que o indivíduo não mostra interesse ou não encontra nenhum bom motivo para continuar na atividade.

Para a utilização da referida escala em versão portuguesa foi pedida uma autorização ao autor, Professor Maurício Bara Filho, que prontamente foi autorizada (Anexo C).

2.3 Amostra

O presente estudo contou com a participação de dois grupos nas duas fases da investigação. No primeiro questionário a amostra consistiu no grupo de participantes que respondeu ao questionário dos motivos para ingressar no mundo da arbitragem e foi constituída por 64 participantes com média de idades de 23 anos, sendo que havia 55 participantes do sexo masculino e 9 do sexo feminino.

No segundo questionário a amostra foi constituída por 42 participantes com média de idades de 22 anos sendo que 34 participantes eram do sexo masculino e 8 do sexo feminino.

Ambas as amostras são constituídas exclusivamente por árbitros de futebol vinculados à Associação de Futebol de Viana do Castelo.

2.4 Procedimento

A recolha de dados de ambos os questionários foram online e distribuídas através do envio de um email a cada árbitro vinculado á Associação de Futebol de Viana do Castelo (devidamente autorizado pelas autoridades competentes da respetiva Associação). Foi enviado um email com o link dos questionários, explicando os objetivos da investigação apelando à resposta voluntária. O tempo de resposta foi de cerca três semanas durante os meses de abril e maio de 2018.

Desta forma obtiveram-se 64 questionários relativos aos Motivos para Ingressar no Mundo da Arbitragem e de 42 questionários relativos ao preenchimento da Escala de Motivação Desportiva.

Apresentação dos resultados

3.1 Questionário dos Motivos para Ingressar no Mundo da Arbitragem

Responderam a este questionário 64 árbitros com idades compreendidas entre 15 e 37 anos tendo como média cerca de 23 anos. Entre estes, 86% são do sexo masculino e 14% são do sexo feminino. Quanto á categoria na arbitragem 37,5% são da categoria C3, estando o resto distribuídos pelas restantes categorias.

Tabela 1: Questionário dos Motivos para Ingressar no Mundo da Arbitragem
Resultados apresentados por ordem decrescente de avaliação

| | N | - | + | Média | Desvio Padrão |
|---|----|---|---|-------|---------------|
| 2. A paixão pelo futebol | 64 | 2 | 5 | 4,77 | ,556 |
| 5. Procurar novas experiências | 64 | 2 | 5 | 4,36 | ,784 |
| 1. Curiosidade sobre o mundo da arbitragem | 64 | 2 | 5 | 4,36 | ,861 |
| 15. Gosto pela arbitragem | 64 | 1 | 5 | 4,36 | 1,045 |
| 16. Gosto pelo exercício físico | 64 | 1 | 5 | 4,23 | 1,035 |
| 6. Conhecer melhor o futebol em si | 64 | 1 | 5 | 4,20 | 1,057 |
| 14. Progressão da carreira | 63 | 1 | 5 | 4,03 | 1,191 |
| 18. Experimentar o que é ser um árbitro | 64 | 1 | 5 | 3,97 | 1,168 |
| 7. Aumentar o meu currículo | 64 | 1 | 5 | 3,81 | 1,271 |
| 17. Motivado por um amigo/familiar | 64 | 1 | 5 | 3,78 | 1,278 |
| 4. Ganhar algum dinheiro | 64 | 1 | 5 | 3,73 | 1,116 |
| 3. O facto de ter alguns amigos na arbitragem | 64 | 1 | 5 | 3,70 | 1,150 |
| 20. Descoberta de outras variáveis do desporto | 64 | 1 | 5 | 3,59 | 1,269 |
| 8. Ser mais independente | 64 | 1 | 5 | 3,52 | 1,345 |
| 9. Ocupar os meus tempos livres | 64 | 1 | 5 | 3,34 | 1,300 |
| 10. Enquanto jogador queria sentir o outro lado do jogo e o trabalho do árbitro | 64 | 1 | 5 | 3,14 | 1,379 |
| 13. Gosto pelo controlo | 64 | 1 | 5 | 3,09 | 1,433 |
| 12. Ter autoridade | 64 | 1 | 5 | 2,73 | 1,348 |
| 11. Ter reconhecimento social | 64 | 1 | 5 | 2,70 | 1,433 |
| 19. Não ter conseguido carreira como jogador | 64 | 1 | 5 | 2,66 | 1,535 |
| N válido (listwise) | 63 | | | | |

De acordo com a tabela apresentada, os motivos com os maiores valores atribuídos pelos participantes foram:

“A paixão pelo futebol” (4,77); “Procurar novas experiências” (4,36); “Gosto pela arbitragem” (4,36); “Curiosidade sobre o mundo da arbitragem” (4,36); “Gosto pelo exercício físico” (4,23).

3.2 Escala de Motivação Desportiva

Responderam a esta escala 43 participantes com idades compreendidas entre os 15 e os 35 sendo que a média de idades é de cerca de 22 anos. 79% são do sexo masculino enquanto os restantes 21% são do sexo feminino. Quanto á categoria na arbitragem, a categoria C3 continua a ser a mais preenchida, com cerca de 30,2%, estando o resto distribuído pelas outras categorias.

De acordo com os autores da escala, ela discrimina as 7 dimensões da Teoria da Autodeterminação estando os itens distribuídos da seguinte forma por cada uma das dimensões:

1. Motivação intrínseca para saber: Itens: 2, 4, 23, 27;
2. Motivação intrínseca para realização: Itens: 8, 12, 15, 20;
3. Motivação intrínseca para a estimulação da experiência: Itens: 1, 13, 18, 25;
4. Motivação Extrínseca para a identificação: Itens: 7, 11, 17, 24;
5. Motivação extrínseca para a introjeção: Itens: 9, 14, 21, 26
6. Motivação extrínseca para a regulação externa: Itens 6, 10, 16, 22;
7. Amotivação: Itens 3, 5, 19, 28.

Tabela 2: Escala de Motivação Desportiva (Bara Filho et al., 2011)
resultados da aplicação

| | N | - | + | Média | Desvio Padrão |
|---|----|---|---|-------|------------------|
| 1. Pelo prazer que sinto em vivenciar experiências empolgantes | 43 | 1 | 7 | 5,72 | 1,202 |
| 2. Pelo prazer que sinto em conhecer mais sobre o desporto que pratico | 43 | 3 | 7 | 5,95 | 1,112 |
| 3. Eu costumava ter bons motivos para praticar este desporto, mas agora pergunto-me se o devo continuar a fazer | 43 | 1 | 7 | 2,42 | 2,050 |
| 4. Pelo prazer em descobrir novas técnicas de treino | 43 | 1 | 7 | 5,05 | 1,588 |
| 5. Já não tenho certezas. Sinto que sou incapaz de ter sucesso | 43 | 1 | 6 | 1,77 | 1,360 |
| 6. Porque este desporto permite-me ser respeitado pelas pessoas | 43 | 1 | 7 | 4,14 | 1,820 |
| 7. Porque na minha opinião o desporto é uma das melhores maneiras de conhecer pessoas | 43 | 1 | 7 | 5,40 | 1,606 |
| 8. Porque sinto muita satisfação pessoal quando domino algumas técnicas de treino difíceis | 43 | 1 | 7 | 5,40 | 1,482 |
| 9. Porque é absolutamente necessário praticar desporto se uma pessoa deseja estar em forma | 42 | 1 | 7 | 5,83 | 1,480 |
| 10. Pelo prestígio de ser um atleta/árbitro | 43 | 1 | 7 | 5,35 | 1,824 |
| 11. Porque o desporto é das melhores maneiras que escolhi para desenvolver outros aspetos pessoais | 43 | 3 | 7 | 5,81 | 1,258 |
| 12. Pelo prazer que sinto quando melhora alguns dos meus pontos fracos | 43 | 2 | 7 | 5,98 | 1,102 |
| 13. Pela emoção que sinto quando estou realmente envolvido na atividade | 43 | 4 | 7 | 6,26 | ,790 |
| 14. Porque eu devo praticar desporto para me sentir bem | 43 | 2 | 7 | 5,42 | 1,314 |
| 15. Pela satisfação que sinto quando estou a melhorar as minhas habilidades | 43 | 4 | 7 | 6,00 | ,900 |
| 16. Porque as pessoas com quem convivo acham que é importante estar em forma | 42 | 1 | 7 | 3,95 | 1,860 |
| 17. Porque é uma boa maneira para aprender muitas coisas que podem ser úteis para mim noutras áreas da minha vida | 43 | 2 | 7 | 5,70 | 1,264 |
| 18. Pelas intensas emoções que sinto em praticar o desporto que gosto | 43 | 4 | 7 | 6,21 | ,833 |
| 19. Já não é claro para mim; na verdade, acho que isto não é para mim | 43 | 1 | 7 | 1,58 | 1,277 |
| 20. Pelo prazer que sinto em realizar certos movimentos difíceis | 43 | 1 | 7 | 4,81 | 1,532 |
| 21. Porque me sentia mal se não estivesse a ocupar o meu tempo a praticar desporto | 43 | 1 | 7 | 3,91 | 1,900 |
| 22. Para mostrar a outras pessoas que sou bom no meu desporto | 43 | 1 | 7 | 3,91 | 1,962 |

| | | | | | |
|---|----|---|---|------|-------|
| 23. Pelo prazer que sinto quando aprendo técnicas de treino que nunca tinha tentado antes | 42 | 1 | 7 | 4,79 | 1,828 |
| 24. Porque o desporto é uma das melhores maneiras para manter boas relações com os meus amigos | 43 | 1 | 7 | 5,09 | 1,428 |
| 25. Porque gosto da sensação de estar totalmente envolvido na atividade | 43 | 3 | 7 | 5,88 | 1,138 |
| 26. Porque devo praticar desporto regularmente | 42 | 2 | 7 | 5,24 | 1,411 |
| 27. Pelo prazer de descobrir novas estratégias que levem a um melhor rendimento | 42 | 2 | 7 | 5,57 | 1,063 |
| 28 Pergunto-me com frequência; parece que não consigo atingir os objetivos aos quais me propus. | 43 | 1 | 7 | 3,65 | 2,022 |
| N válido (listwise) | 38 | | | | |

De acordo com a tabela, os resultados distribuem-se da seguinte forma em termos de médias relativamente a cada uma das 7 dimensões da Teoria da Auto-determinação:

Tabela 3: Médias relativas a cada uma das 7 dimensões da Teoria da Auto-determinação

| Tipo de Motivação | Média |
|--|-------|
| Motivação intrínseca para saber | 5,34 |
| Motivação intrínseca para realização | 5,54 |
| Motivação intrínseca para a estimulação da experiência | 6,01 |
| Motivação Extrínseca para a identificação | 5,5 |
| Motivação extrínseca para a introjeção | 5,1 |
| Motivação extrínseca para a regulação externa | 4,33 |
| Amotivação | 2,35 |

Discussão dos resultados

Nesta fase irá propor-se a reflexão e discussão acerca dos resultados descritos pelas tabelas apresentadas no capítulo anterior, referente aos dois questionários utilizados nesta investigação.

O questionário dos Motivos para Ingressar no Mundo da Arbitragem procura responder à primeira questão desta investigação que é: *“Quais os principais motivos para ser árbitro de futebol?”*.

Para tal teremos em conta os dados obtidos com o questionário construído para este trabalho com os indicadores da aplicação da Escala de Motivação Desportiva (Bara Filho et al., 2011). Como principais fatores que determinaram o investimento na prática desportiva como árbitro, destacaram-se “A paixão pelo futebol” (4,77); “Procurar novas experiências” (4,36); Gosto pela arbitragem” (4,36); Curiosidade sobre o mundo da arbitragem” (4,36); “Gosto pelo exercício físico” (4,23).

Os resultados obtidos mostram que a paixão pelo futebol é o motivo mais eleito pelos árbitros de futebol estando aqui verdadeiramente explícito que o futebol tem em si mesmo uma importância muito grande e obviamente que quem não gosta de futebol não será nunca motivado para entrar no mundo da arbitragem. A paixão pelo futebol configura-se, pois, como a peça chave neste processo motivacional para ser árbitro. A paixão pelo futebol é sobretudo uma motivação intrínseca pois é algo que vem de dentro do indivíduo que o faz praticar a atividade prazer e paixão pelo futebol. O segundo motivo mais escolhido foi “Procurar novas experiências” que o aproxima claramente com o terceiro nível de motivação do continuum da teoria de motivação de Deci e Ryan que é a motivação intrínseca para a estimulação da experiência; significa isto que o indivíduo começa a atividade de arbitragem pelo prazer de vivenciar e experimentar as sensações que dela derivam (Pelletier et al., 1995). O gosto pela arbitragem afirma-se como o terceiro motivo mais apreciado pelos participantes e novamente trata-se de uma motivação que parte de dentro do indivíduo, que não provém de ligações externas mas sim algo inerente ao próprio indivíduo. O quarto motivo com resultados mais elevados foi “A curiosidade sobre o mundo da arbitragem” e de novo se verifica a sua relação com a motivação intrínseca como principal indutor nos motivos para seguir a carreira da arbitragem; neste caso, existe uma curiosidade de perceber como funciona um mundo que é visto um pouco à distância pois externamente só se conhece o mundo da arbitragem pelos árbitros que apitam os jogos no campo, mas, por muito que não possa parecer, este é um mundo de

complexidades e que pode suscitar curiosidade aos indivíduos. Como último motivo que destacamos aparece o “O gosto pelo exercício” e pela minha própria experiência no mundo da arbitragem, compreendo como os árbitros são altamente motivados para treinar e melhorar as suas capacidades físicas e técnicas. Neste caso a é também uma aposta a escolha pelos hábitos saudáveis e com qualidade de vida, num contexto de atividade muito exigente fisicamente.

Nesta apresentação dos motivos mais referidos para ingressar no mundo da arbitragem, percebe-se que estamos perante escolhas pessoais, derivadas da motivação intrínseca, relacionada com uma força interior capaz de se manter mesmo diante das adversidades que as exigentes metas e objetivos que regulam a carreira dos árbitros de futebol.

Por outro lado, motivos que aparentemente poderiam ser os esperados de serem mais escolhidos, como por exemplo a compensação monetária (“Ganhar algum dinheiro”), a busca por uma função de poder ou autoridade (“Gosto pelo controlo”; “Ter autoridade”) ou até mesmo a procura de ser alguém importante ou reconhecido pelos pares (“Ter reconhecimento social”) situam-se como os motivos menos referidos. Estes dados, de alguma forma, contrariam mitos e insinuações que os árbitros de futebol são movidos por forças externas e por motivações vindas do contexto ambiental em que estão inseridos, pois (e de acordo com esta amostra) são essencialmente motivados pela paixão, por escolhas e objetivos pessoais.

Alargando o espectro dos resultados do questionário dos motivos para ingressar no mundo da arbitragem, percebe-se como os árbitros são motivados intrinsecamente, e por razões forças provenientes dos seus próprios investimentos pessoais.

Mas como serão estas as motivações que os fazem manter na arbitragem? Para isso será importante explorar com maior profundidade resultados da Escala de Motivação Desportiva (Bara Filho et al., 2011).

De acordo com os resultados da aplicação dessa escala, e conjugando todos os itens das dimensões da Teoria da Autodeterminação de Deci e Ryan assinala-se que as dimensões mais nítidas do Continuum da Autodeterminação foram a motivação intrínseca para a estimulação da experiência ($M= 6,01$) e a motivação intrínseca para a realização ($M= 5,54$). Como já assinalamos na apresentação da escala, a motivação intrínseca para a estimulação da experiência afirma que o indivíduo é motivado pelas sensações que derivam da atividade como a adrenalina e a diversão (Pelletier et al., 1995). Assim se percebe como os árbitros disfrutam da própria atividade e apesar da importância que é

dirigir um jogo de futebol existirá mesmo uma verdadeira paixão e emoções positivas nas suas carreiras da arbitragem, pelo que talvez seja possível afirmar que os árbitros disfrutam em pleno da sua atividade: dela tiram prazer, emoções positivas, corroborando assim a importância da motivação intrínseca para a estimulação da experiência de acordo com os valores elevados demonstrados na Escala de Motivação Desportiva (Bara Filho et al., 2011).

A motivação intrínseca para a realização, e que foi a segunda dimensão mais elevada na aplicação da Escala de Motivação Desportiva (Bara Filho et al., 2011) ressalta que os árbitros são motivados pelo prazer que sentem em atingir determinados objetivos (Pelletier et al., 1995). Pela minha própria experiência percebo como é gratificante depois de uma época a treinar e a lutar pelos nossos objetivos, verificar que no final eles são alcançados. Significa que todo o esforço valeu a pena pois o objetivo foi finalmente alcançado e como isso é motivante, fazem-nos querer mais e lutar pelo próximo passo. Procurando responder à segunda questão de investigação “*Quais as principais motivações dos árbitros?*” é possível afirmar que os árbitros se sentem motivados intrinsecamente por forças relativas ao prazer que sentem na sua atividade bem como as emoções positivas derivadas e pelo conforto gratificante que recebem em atingir os seus próprios objetivos.

Tanto nos motivos para ingressar na arbitragem como nas características motivacionais que movem os árbitros na sua atividade, foi possível aferir que é principalmente a motivação intrínseca e os seus próprios objetivos pessoais que dirigem as suas forças para a arbitragem. Percebe-se também nitidamente a existência de uma grande paixão pelo futebol e pela arbitragem. A definição de Paixão de Vallerand et al. (2003), evidencia uma forte inclinação para uma determinada atividade que o indivíduo aprecia e onde investe muito tempo (Vallerand, 2008; Valerrand et al., 2003; Vallerand & Houliort, 2003; Vallerand & Miquelon, 2007). Suportado neste modelo dualístico de Paixão, podemos considerar que os árbitros são “apaixonados” por aquilo que fazem, treinando e investindo tempo para serem cada vez melhores. Comparando os dois tipos de paixão propostos por Valerrand e os resultados observados nos questionários podemos inferir que nos árbitros se destaca o tipo de paixão harmoniosa. A definição de Paixão Harmoniosa diz-nos que é o resultado de uma internalização autónoma da atividade na identidade da pessoa (Vallerand et al., 2003) que acontece quando há uma livre aceitação da atividade como importante sem que estejam a isso ligadas contingências externas (Deci & Ryan, 2000; Sheldon, 2002; Vallerand, 1997). Estando, pois, os árbitros movidos por motivações

intrínsecas, verificamos que há uma intensa conjugação com a paixão harmoniosa, pois para além da importância da atividade, (e responsabilidade de ser árbitro), há também uma capacidade de diversão e de proveito da parte lúdica da arbitragem.

Estudos de Fredrick L. Philipe, Robert J. Vallerend, Joéline Andrianarisoa, Philipe Brunel, 2009 concluíram que a Paixão Harmoniosa aparece diretamente ligada á experiência de flow durante os jogos, ou seja, o facto de aproveitar o momento, disfrutando da atividade e das suas emoções positivas. Nesse mesmo artigo é referido que a Paixão Harmoniosa não tem a sua função cognitiva e afetiva afetada depois de um erro grave, ou seja há uma melhor reação ao erro.

Estes indicadores parecem pois apontar para a possibilidade de os árbitros experienciarem o sentimento de flow durante os jogos. O modelo conceptual do *Flow Feeling* diz-nos que o flow aparece quando o praticante de determinada atividade está totalmente emergido pela atividade, motivado e com esforço positivo (Bakker, Oerelmans, Demerouti, Slot, & Ali, 2001). Desta forma podemos compreender melhor o porquê de algumas pessoas praticarem certas atividades com o máximo de desempenho e alto grau de motivação (Miranda & Bara Filho, 2008), tal como é certamente característica de muitos árbitros.

Das nove dimensões da Teoria do *Flow Feeling* propostas por Jackson e Csikszentmihalyi (1999) há algumas nas quais se verifica uma estreita ligação aos resultados evidenciados pelos questionários utilizados por esta investigação, tais como o equilíbrio entre o desafio e a habilidade que afirma que quando o atleta está envolvido na atividade tem melhor capacidade para responder de forma adequada aos desafios; a concentração na tarefa que lhes permite direcionar toda a sua atenção aos objetivos da tarefa; a fusão entre a atenção e a ação pois quando o árbitro está em estado de flow envolve-se totalmente na atividade, onde as suas decisões são tomadas de forma espontânea e automática.

Há ainda duas dimensões desta teoria do estado de flow e que são sentidas pelos árbitros durante um jogo: como a perda da autoconsciência e a perda da noção de tempo. Mais na minha própria experiência do que pelos resultados desta investigação, existem bastantes relatos de árbitros que afirmam não se aperceberem que o tempo passou tão rápido ou nem sequer ouviram as críticas dos adeptos presentes nas bancadas.

Tendo em conta agora a última questão de investigação “*Que gratificações encontram na sua atividade?*” os dados evidenciam que os árbitros que são movidos por motivações intrínsecas sobretudo na estimulação da experiência e para a realização, são

totalmente empolgados pela sua atividade, usufruindo de uma paixão harmoniosa que lhes permitem atingir um estado de flow, aproveitando assim cada momento da sua atividade o que lhes permite focalizar a sua atenção para tomar as melhores decisões possíveis durante um jogo de futebol, onde estão envolvidas tantas emoções.

Conclusões e limitações desta investigação

Na conclusão deste projeto de trabalho, é importante explanar os principais contributos da investigação e dos seus resultados.

Pelo processo de levantamento bibliográfico que fizemos, parece-nos que este é trabalho pioneiro em Portugal e que poderá ajudar a desencadear novas investigações sempre com objetivo de ajudar a evoluir o contexto envolvente do futebol nacional e da arbitragem.

De alguns dos contributos apresentados acerca dos dados do questionário de motivos para ingressar no mundo da arbitragem, parece-nos que deverá ter-se em conta a paixão pelo futebol, procurando assim aumentar o número de aderentes ao curso de arbitragem; também será relevante perceber essa condição para poder motivar os candidatos a árbitros, evitando assim o abandono por parte dos jovens, e que é o caso que diz respeito a todas as associações de futebol do país, principalmente as mais pequenas.

A utilização da Escala de Motivação Desportiva (Bara Filho et al., 2011) permitiu-nos descrever e caracterizar os tipos de motivações dos árbitros de futebol por relação aos pressupostos da Teoria da Autodeterminação de Deci e Ryan, sendo assim possível aferir as gratificações e emoções que encontram na sua atividade e como os afeta durante um jogo de futebol.

De uma forma sintética os dados a que chegamos com este trabalho permitem afirmar que os principais motivos que fazem os indivíduos ingressar pela carreira da arbitragem se situam na: *“A paixão pelo futebol, Procura por novas experiências, Gosto pela arbitragem, Curiosidade sobre o mundo da arbitragem, Gosto pelo exercício físico”*.

Com a utilização da Escala de Motivação Desportiva (Bara Filho et al., 2011) foi possível ampliar este foco de forma a concluir que a característica mais relevante dos árbitros é a motivação intrínseca para a estimulação da experiência e a motivação intrínseca para a realização. De acordo com estes dados e em articulação com o modelo dualístico da paixão e a teoria do *flow feeling* é também possível inferir que uma característica importante dos árbitros é a paixão harmoniosa, que associada a um estado de flow lhes permite disfrutar durante os jogos e reagir de forma positiva aquando de um erro grave.

Como limitações temos o número relativamente reduzido de participantes e a sua agregação regional (Viana do Castelo), bem como a utilização exclusiva de questionários (anónimos); o desenvolvimento de entrevistas semi-estruturadas baseadas no instrumento construído, poderia permitir uma leitura mais aprofundada das escolhas motivacionais dos

árbitros. Seria também importante aprofundar o conhecimento sobre as condições de exercício da atividade desportiva de arbitragem com dirigentes nacionais e regionais dos respetivos conselhos regionais/nacionais.

Naturalmente que importaria também questionar a relevância de domínios de intervenção psicológica no apoio ao desenvolvimento das carreiras dos árbitros, tanto nos seus aspetos vocacionais, como na gestão dos processos de envolvimento nesta atividade, tão marcada (como procurei revelar) por domínios onde a emoção, a paixão e a fruição abundam.

Mesmo assim esperasse que esta primeira abordagem, possa abrir caminhos para investigações futuras neste domínio invisível, procurando assim melhorar a arbitragem nacional e a nível internacional.

Referências Bibliográficas

Alexandris, K., Tsorbatzoudis, C., & Grouios, G. (2002). Perceived constraints on recreational sport participation: Investigating their relationship with intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation. *Journal of Leisure Research*, 34(3), 233–252

Bakker, A. B., Oerlemans, W., Demerouti, E., Slot, B. B., & Ali, D. K. (2011). Flow and performance: A study among talented Dutch soccer players. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(4), 442-450

Bara Filho, M. G.; Andrade, D.; Miranda, T.; Nuñez, J. I.; Martín Albo, J.; Ribas, P. R. (2011). Preliminary validation of a brazilian version of the sport motivation scale, *Universitas Psychologica*, v. 10, n.2, p. 363-372

Chantal, Y., Guay, F., Dobрева-Martinova, T., & Vallerand, R. J. (1996). Motivation and elite performance: An exploratory investigation with Bulgarian athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 27(1), 173-182.

Coimbra, D., Gomes, S., Carvalho, F., Ferreira, R., Guillen, F., & Miranda, R. (2008). O papel da psicologia do esporte para atletas e treinadores. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 16, 1-21.

Cox, R. H. (1994). *Sport Psychology: Concepts and applications*. Dubuque: Brown and Bench-Mark.

Cratty, B. J. (1984). *Psicologia no esporte*. Rio de Janeiro: Prentice Hall.

Cresswell, S., & Eklund, R. (2005). Motivation and burnout in professional rugby players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76(1), 370-376.

Csikszentmihalyi, M. (1978). Intrinsic rewards and emergent motivation. In M.R. Lepper & D. Greene (Eds.), *The hidden costs of reward* (pp. 205–216). Hillsdale, NJ: Erlbaum

Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding Flow: the psychology of engagement with everyday life*. New York: Basic Books.

Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum

Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2000). The ‘what’ and ‘why’ of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227–268.

Dias, M. O. (2010). *Planos de Investigação: Avançando passo a passo*. Santa Maria da Feira: Rainho & Neves, Lda.

Federação Portuguesa de Futebol, (2018) Regulamento da Arbitragem 18/19

Feijó, O. (1998) *G- Psicologia do Esporte: corpo e movimento*. 24 Ed, Rio de Janeiro.

Fernandes, H. M., & Vasconcelos-Raposo, J. (2005). Continuum de auto-determinação: Validade para a sua aplicação no contexto desportivo. *Estudos de Psicologia*, 10(1), 385-395.

Folkesson, P., Nyberg, C., Archer, T., & Norlander, T. (2002). Soccer referees’ experience of threat and aggression: Effects of age, experience, and life orientation on outcome of coping strategy. *Aggressive Behavior*, 28, 317–327.

Gomes, S., Coimbra, D., Garcia, F., Miranda, R., Bara Filho, M. (2007). Análise da produção Científica em Psicologia do Esporte no Brasil e no Exterior. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 2(1), 25-40.

Csikszentmihalyi, M. (2000). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass. (Original work published 1975)

Gonzalez, O. M.; Valle, A. S.; Marquez, S. (2011). Autodeterminación y adherencia al ejercicio: estado de la cuestión, *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, V.8,n.25, p.287-304

Jackson, S. A.; Csikszentmihalyi, M. (1999). Flow in Sports: the keys to optimal experiences and performances. Champaign: Human Kinetics.

Jackson, S., & Marsh, H. W. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The flow state scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 17–35

Lewis, I., & Pamela, M. (1987). So You Want to do Research: A Guide for Teachers on How to Formulate Research Questions. Edinburgh: The Scottish Council for Research in Education.

Miranda, Renato; Bara Filho, Maurício (2008). Construindo um atleta vencedor: Uma abordagem psicofísica do esporte. Porto Alegre: Artmed.

Murcia, J. A., & Coll, D. G. (2006). A permanência de praticantes em programas aquáticos baseada na Teoria da Autodeterminação. *Fitness & Performance Journal*, 5(1), 5-9.

Murcia, J. A., Gimeno, E., & Coll, D. (2007). Analizando la motivación en el deporte: Un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 35-51.

Núñez, J., Martín-Balbo, J., Navarro, J., & González, V. (2006). Preliminary validation of a Spanish Version of the Sport Motivation Scale. *Perceptual and Motor Skills*, 102(1), 919-930.

Pelletier L., Tuson, K. M., Fortier, M., Vallerand, R. J., Brière, N., & Blais, M. R. (1995) Toward a New Measure of Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, and Amotivation in Sports: The Sport Motivation Scale (SMS) *Journal of Sport e Exercise Psychology*, 17(1), 35-53.

Perreault, S., & Vallerand, R. (2007) A test of selfdetermination theory with wheelchair basketball players with and without disability. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 24, 305-316.

Philippe, Frederick & Vallerand, Robert & Andrianarisoa, Joéline & Brunel, Philippe. (2009). Passion referees: Examining affective and cognitive experiences sport situations. *Journal of sport & exercise psychology*. 31. 77-96. 10.1123/jsep.31.1.77.

Robbins, Stephen (1999). *Comportamiento organizacional*. México, Ed. McGraw-Hill Interamericana

Ryan, R., & Deci, E. (2000). Self-determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. doi: 10.1037/110003-066X.55.1.68

Ryan, R., & Deci, E. (2000). Self-determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. doi: 10.1037/110003-066X.55.1.68

Sarrazin, P., Vallerand, R. J., Guillet, E., Pelletier, L. G., & Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32(1), 395-418. doi: 10.1002/ejsp.98
Shape, 1990

Sheldon, K.M. (2002). The self-concordance model of healthy goal-striving: When personal goals correctly represent the person. In E.L. Deci & R.M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 65–86). Rochester, NY: University of Rochester Press.

Vallerand, R., Pelletier, L., Blais, M., Brière, N., Senécal, C., & Vallières, E. (1992). The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1003-1019.

Vallerand, R.J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M.P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 271–360). New York: Academic Press

Vallerand, R.J. (2008). On the psychology of passion: In search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychology*, 49, 1–13.

Vallerand, R.J., & Houliort, N. (2003). Passion at work: Toward a new conceptualization. In D. Skarlicki, S. Gilliland, & D. Steiner (Eds.), *Social issues in management* (Vol. 3, pp. 175–204). Greenwich, CT: Information Age Publishing.

Vallerand, R.J., & Miquelon, P. (2007). Passion for sport in athletes. In S. Jowett & D. Lavallée (Eds.), *Social psychology in sport* (pp. 200–225). Champaign, IL: Human Kinetics

Vallerand, R.J., Blanchard, C.M., Mageau, G.A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., et al. (2003). Les passions de l'âme: On obsessive and harmonious Passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 756–767.

Vallerand, R.J.; Losier, G.F. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, London, v.11, p.142-69.

Wolfson, S., & Neave, N. (2007). Coping under pressure: Cognitive strategies for maintaining confidence among soccer referees. *Journal of Sport Behavior*, 30, 232–247.

ANEXOS

Anexo A: Questionário de motivos para ingressar no mundo da arbitragem

Motivações para ingressar no mundo da arbitragem de futebol

Venho por este meio pedir-vos que preenchem o questionário que vos envio no presente email para me ajudarem na investigação que estou a realizar no âmbito da dissertação de mestrado em Psicologia que estou a completar em que o tema é "Motivações para ingressar no mundo da arbitragem de futebol".

A vossa participação neste estudo é muito importante.

Os dados obtidos serão utilizados para fins de investigação e a sua confidencialidade está assegurada.

Abaixo estão 20 motivos relacionados com as motivações para ingressar no mundo da arbitragem de futebol.

De 1 a 5, numa escala em que 1 é muito mau e 5 é muito bom, dá uma nota a cada um dos seguintes motivos de acordo com a tua opinião sobre quais os melhores e os piores motivos.

***Obrigatório**

1. Idade:

2. Sexo:

Marcar apenas uma oval.

☐

Masculino

☐

Feminino

3. Categoria na arbitragem:

4. 1. Curiosidade sobre o mundo da arbitragem *

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐☐☐☐☐

5. 2. A paixão pelo futebol

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐☐☐☐☐

6. 3. O facto de ter alguns amigos na arbitragem

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

7. 4. Ganhar algum dinheiro

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

8. 5. Procurar novas experiências

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

9. 6. Conhecer melhor o futebol em si

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

10. 7. Aumentar o meu currículo

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

11. 8. Ser mais independente

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

12. 9. Ocupar os meus tempos livres

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

13. 10. Enquanto jogador queria sentir o outro lado do jogo e o trabalho do árbitro

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

14. 11. Terreconhecimento socialmente

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

15. 12. Ter autoridade

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

16. 13. Gosto pelo controlo

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

17. 14. Progressão da carreira

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

18. 15. Gosto pela arbitragem

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

19. 16. Gosto pelo exercício físico

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

20. 17. Motivado por um amigo/familiar

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

22. 19. Não ter conseguido carreira como jogador

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

23. 20. Descoberta de outros variáveis do desporto

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Anexo B: Escala de Motivação Desportiva

Escala de Motivação Desportiva

SMS (Sport Motivation Scale) Escala De Motivação Desportiva: SMS; Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995) (Versão traduzida para Português, de Bara Filho e colaboradores, 2010)

Venho, novamente, solicitar a sua participação no seguimento de uma dissertação mestrado, realizado no âmbito da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto acerca dos motivos pelos quais os árbitros de futebol continuam a praticar esta atividade que é a arbitragem (que nesta escala será referida como "desporto").

A tua participação no estudo é importante.

Os dados obtidos serão utilizados para fins de investigação e a sua confidencialidade está assegurada.

Usando então a escala abaixo, por favor indique em que grau cada um dos itens correspondem a um dos motivos pelos quais actualmente exerces a atividade/desporto de ser árbitro de futebol, sendo que 1 "Não corresponde em nada" e 7 "Corresponde exatamente".

1. Idade

2. Sexo

Marcar apenas uma oval.

☐

Masculino

☐

Feminino

☐

Outra:

3. Categoria na arbitragem

:

4. 1- Pelo prazer que sinto em vivenciar experiências empolgantes

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

5. 2- Pelo prazer que sinto em conhecer mais sobre o desporto que pratico

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

6. 3- Eu costumava ter bons motivos para praticar este desporto, mas neste momento tenho dúvidas se o devo continuar a fazer

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

7. 4- Pelo prazer em descobrir novas técnicas de treino

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

8. 5- Já não tenho certezas. Sinto que sou incapaz de ter sucesso neste desporto

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

9. 6- Porque este desporto permite-me ser respeitado pelas pessoas que conheço

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

10. 7- Porque na minha opinião o desporto é uma das melhores maneiras de conhecer pessoas

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

11. 8- Porque sinto muita satisfação pessoal quando domino algumas técnicas de treino difíceis

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

12. 9- Porque é absolutamente necessário praticar desporto se uma pessoa deseja estar em forma

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

13. 10- Pelo prestígio de ser um atleta/árbitro

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

14. 11- Porque o desporto é das melhores maneiras que escolhi para desenvolver outros aspetos pessoais

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

15. 12- Pelo prazer que sinto quando melhoro alguns dos meus pontos fracos

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

16. 13- Pela emoção que sinto quando estou realmente envolvido na atividade

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

17. 14- Porque eu devo praticar desporto para me sentir bem

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

18. 15- Pela satisfação que sinto quando estou a melhorar as minhas habilidades

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

19. 16- Porque as pessoas com quem convivo acham que é importante estar em forma

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

20. 17- Porque é uma boa maneira para aprender muitas coisas que podem ser úteis para mim em outras áreas da minha vida

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

21. 18- Pelas intensas emoções que sinto em praticar o desporto que gosto

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

22. 19- Já não é claro para mim, na verdade acho que isto não é para mim

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

23. 20- Pelo prazer que sinto em realizar certos movimentos difíceis

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

24. 21- Porque me sentia mal se não estivesse a ocupar o meu tempo a praticar desporto

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

25. 22- Para mostrar a outras pessoas que sou bom no meu desporto

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

26. 23- Pelo prazer que sinto quando aprendo técnicas de treino que nunca havia tentado antes

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

27. 24- Porque o desporto é uma das melhores maneiras para manter boas relações com os meus amigos/as.

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

28. 25- Porque gosto da sensação de estar totalmente envolvido na atividade

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

29. 26- Porque devo praticar desporto regularmente

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

30. 27- Pelo prazer de descobrir novas estratégias que levem a um melhor rendimento

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

31. 28- Pergunto-me com frequência; parece que não consigo atingir os objetivos aos quais me propus

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5 6 7

Anexo C: Autorização da Escala de Motivação Desportiva

Re: Re: Pedido de utilização da escala SMS

Maurício Bara <mgbara@terra.com.br>

seg 27-08-2018 10:42

Para: Hugo Cerqueira <hugo-95-@hotmail.com>;

Prezado Hugo,

Bom dia!

Não vejo restrição da aplicação online

Abs

Maurício

Em Ter 21/08/18 10:44, Hugo Cerqueira hugo-95-@hotmail.com escreveu:

Boa tarde professor Maurício Bara Filho.

Muito obrigado pela resposta positiva.

Em relação á utilização da referida escala, há alguma restrição em passá-la por meio digital, como questionário online?

Cumprimentos, Hugo Cerqueira

De: Maurício Bara <mgbara@terra.com.br>

Enviado: 15 de agosto de 2018 14:55

Para: Hugo Cerqueira

Cc: jose.castro@iefp.pt

Assunto: Re: Pedido de utilização da escala SMS

Prezado Hugo

(a\ Prof. Dr. José Manuel Castro)

Bom dia!

Parabéns pelo trabalho!!

Está autorizada sim a utilização da Escala do SMS-28 para a língua portuguesa para a realização de seu estudo.

Att

Maurício Bara

Boa tarde Sr. Professor Maurício Bara Filho.

Chamo-me Hugo Cerqueira e sou estudante de mestrado integrado em Psicologia na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto.

Estou neste momento a desenvolver a dissertação final - orientada pelo Professor José Manuel Castro - na qual se procuram identificar as motivações pelas quais os árbitros de futebol continuam a exercer essa atividade desportiva, apesar de todas as

<https://outlook.live.com/owa/?path=/mail/Inbox/rp>

1/2

09/10/2018

hugo-95-@hotmail.com - Correio

difficultades e entraves que são conhecidas pelo público atento ao futebol atual, nomeadamente aqui em Portugal.

No contexto desse processo de investigação gostaria de avaliar alguns dos principais motivos pela escolha desta atividade e para isso parece-me relevante a utilização da escala "Sports Motivation Scale" (SMS; Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995). Na busca bibliográfica que realizei encontrei diversos artigos do Professor Bara Filho relevantes para a minha investigação e que fazem referência à adaptação para língua portuguesa realizada pelo Professor.

Ainda que a escala possa estar adaptada para outro nível de praticantes, gostaria muito de a poder utilizar no meu trabalho.

Neste contexto venho por este meio solicitar a autorização para utilizar a versão da escala Sports Motivation Scale, na versão em língua portuguesa, traduzida e adaptada pelo Professor Bara Filho.

Aguardando uma resposta para avançar com o processo de investigação, apresento o meus melhores cumprimentos.

Hugo Cerqueira,

UP201305485